



## 自來水煮沸警報期間應怎麼做

自來水煮沸警報是一項健康公告，要求大眾在飲用自來水前先把水煮沸。這項公告發佈後，大眾應建立自來水不宜直接飲用的意識。自來水煮沸警報期間應遵循下列指示：

- **煮沸用水。**把水倒進水壺裡，加熱燒水，直到看到有氣泡從水壺底冒升至水面。水翻滾沸騰後，繼續再燒 1 分鐘。關閉火源，待水冷卻。把水倒進附蓋子的清潔且已消毒的容器內存放。
- **消毒用水。**若無法燒開水，可對水進行消毒。
  - 如果自來水是清澈的...加 1/8 茶匙（8 滴或約 0.75 毫升）的無味家用漂白水至 1 加侖（16 杯）的水中。妥善搖勻並靜置 30 分鐘或以上之後方可飲用。將經消毒的水存放在附蓋子的清潔且已消毒的容器內。
  - 若自來水混濁...使用清潔的布過濾用水。加 1/4 茶匙（16 滴或約 1.5 毫升）的無味家用漂白水至 1 加侖（16 杯）的水中。妥善搖勻並靜置 30 分鐘或以上之後方可飲用。將經消毒的水存放在附蓋子的清潔且已消毒的容器內。
- **消毒容器。**將 1 茶匙（5 毫升）的無味家用漂白水加入 1 夸特（32 盎司、4 杯或約 1 公升）的水，調配消毒液。將此消毒溶液倒進清潔的存放容器內妥善搖勻，確定容器內已裝滿溶液。靜置清潔的存放容器最少 30 秒，然後將溶液從容器中倒出。風乾空的容器，或若有安全的清潔用水，就用清水沖洗它。不得混合氨或其他清潔劑。使用漂白水時打開門窗，保持新鮮空氣流通。
- **水淨化過濾器。**即使自來水已過濾，也要把它煮沸。大部份廚房和其他家用過濾器通常**無法**清除細菌或病毒。
- **準備和烹調食物。**用冷卻的沸水或瓶裝水清洗所有蔬菜水果。讓水翻滾沸騰 1 分鐘，再把食物放入烹煮。用沸水製備飲料，其中包括：咖啡、茶和檸檬水。用沸水清洗備食的表面。
- **餵食嬰兒和配方使用。**儘可能繼續以母乳餵食嬰兒。若無法用母乳餵食，如有可能，使用即可食用的嬰兒配方。利用瓶裝水沖泡奶粉或濃縮嬰兒配方。如果沒有瓶裝水，則使用沸水。若無法燒開水，則使用消毒用水沖泡嬰兒配方。使用奶瓶和奶嘴前，先進行清洗和消毒。若無法消毒奶瓶，試著使用單次使用且即可飲用的奶瓶。
- **冰塊。**不得使用來自冰格、飲水機或製冰機的冰塊。丟棄所有用自來水製備的冰塊。用沸水或瓶裝水製備新的冰塊。

- **沐浴和淋浴。**沐浴和淋浴時小心不要吞飲任何用水。為嬰兒和幼童洗澡時要特別小心。考慮僅為他們進行擦澡，減少吞飲用水的機會。
- **刷牙。**用沸水或瓶裝水刷牙。不得使用未經處理的自來水。
- **清洗碗盤。**如果洗碗機的水能夠達到最低 150 度的最後沖洗溫度，或洗碗機配備消毒循環，則通常可安全使用家用洗碗機。欲手洗碗盤，使用熱水照常清洗和沖洗它們。在另外一個洗碗槽內，將 1 茶匙的無味家用漂白水加進每 1 加侖的溫水內。將已沖洗的碗盤浸泡在水內最少一分鐘。讓碗盤完全風乾。
- **洗衣。**像往常一樣洗衣是安全的。
- **寵物。**寵物也和人一樣會罹患某些疾病。給牠們喝冷卻的沸水，是個不錯的選擇。
- **警報解除後...**打開水龍頭，開水沖洗它。也須要清洗飲水機和冰箱的製冰機。請遵循製造商的指示說明。

欲知更多飲用水安全的資訊，請造訪網站：[www.cdc.gov/healthywater](http://www.cdc.gov/healthywater)。

資訊摘錄自疾病控制和預防中心和飲用水警報工具箱，網址：<http://www.cdc.gov/healthywater/emergency/dwa-comm-toolbox/index.html>。